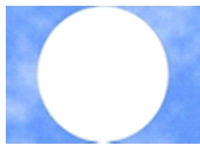
TIPITAKA



JHANASAMYUTTA

Ensenyances relacionades amb els jhānas,

els sutres i l'anapanasamyutta

Traducció al català: Nilanan Das

Aquest samyutta unicament conté la fórmula estandarditzada dels jhanas o graus d'absorció meditativa, integrada amb una sèrie repetitiva de recitacions poètiques destinades als practicants.

Gangapeyyalavagga - Sèrie repetitiva del riu Ganga

{923-934} A Savatthi, mentre hi era el Benaurat va dir això:

Germans, heus aquí, que existeixen els quatre *jhanas* o graus d'absorció meditativa. Quins són aquests quatre *Jhanas*?

Heus aquí, germans, aïllat dels plaers sensuals, aïllat dels perniciosos estats mentals turbulents, el practicant entra i roman en el primer *jhana* o grau d'absorció meditativa: L'entusiasme i el goig nascuts de l'aïllament, mesclat amb el pensament constant. En calmar-se el pensament constant, entra i roman en el segon *jhana* o grau d'absorció meditativa: L'entusiasme i el goig nascuts de la concentració, la

unificació mental; alliberat del pensament constant, té la certesa interior. Amb la desaparició de l'entusiasme, roman en l'equanimitat, conscient i atent, físicament sensible en el goig; entra i roman en el tercer *jhana* o grau d'absorció meditativa, tal com els nobles éssers van descriure: Equànime i atent, té un estat gojós'. Amb l'abandó del plaer i el dolor -amb la prèvia desaparició de l'entusiasme i la tristesa- entra i roman en la cambra *jhana* o absorció meditativa: La puresa, l'equanimitat, l'atenció conscient ni plaer ni malestar. Aquests són els quatre *jhanas* o graus d'absorció meditativa.

Germans, igual que el riu *Ganga* flueix cap a l'est, s'inclina cap a l'est i tomba cap a l'est, de la mateixa manera, el practicant que conrea i desenvolupa aquests quatre *jhanas* o graus d'absorció meditativa flueix, s'inclina i tomba cap al *Nirvana*.

I com, germans, el practicant que conrea i desenvolupa aquests quatre *jhanas* flueix, s'inclina i tomba cap al *Nirvana*? Heus aquí, germans, aïllat dels plaers sensuals, aïllat dels perniciosos estats mentals turbulents, el practicant entra i roman en el primer *jhana*... El segon *jhana*... La cambra *jhana* o graus d'absorció meditativa: La puresa, l'equanimitat, l'atenció conscient ni plaer ni malestar. Aquesta és la manera com el practicant que conrea i desenvolupa aquests quatre *jhanas* flueix, s'inclina i tomba cap al *Nirvana*.

Sis en inclinar-se a l'est,

i sis més en inclinar-se cap a l'oceà.

Aquests dos sextets fan una dotzena,

i així aquest apartat és recitat.

Appamadavagga - Capítol de la diligència

Tathagata, petjada, cim de teulada,
arrels, duramen, gessamí,
rei, lluna i sol,
junt amb la tela, fan deu.

Balacaraniyavagga - Capítol de les accions vigoroses

Vigoroses, llavors i nobles éssers,
l'arbre, el pot, l'espina,
el cel i dos en els núvols,
el vaixell, la casa d'hostes i el riu.

Esanavagga - Capítol de la recerca

Recerca, discriminacions, impureses,
diferents existències, triple sofriment,
esterilitat, taques i camps d'albergínies,
sensacions, avidesa i desig.

Oghavagga - Capítol de les inundacions

Germans, existeixen cinc lligams majors. Quins són aquests cinc lligams? Desig per les formes, desig per allò sense forma, presumpció (orgull vanitós), preocupació i ignorància. Aquests són els cinc lligams majors. Els quatre *jhanas* o graus d'absorció meditativa, germans, han de ser desenvolupats gràcies a haver experimentat conscientment aquests cinc lligams majors, per tal de comprendre'ls plenament, per la seva completa destrucció i deixar-los anar.

Quins són aquests quatre *jhanas* o graus d'absorció meditativa? Heus aquí, germans, aïllat dels plaers sensuals, aïllat dels perjudicials estats mentals turbulents, el practicant entra i roman en el primer *jhana*... el segon *jhana*... la cambra *jhana*: La puresa, l'equanimitat, l'atenció conscient ni plaer ni malestar.

Aquests quatre *jhanas* o graus d'absorció meditativa han de ser desenvolupats pel coneixement directe d'aquests cinc lligams majors, pel seu ple enteniment, per a la seva completa destrucció i deixar-los anar".

Inundacions, captivitat, diferents inclinacions,

nusos i tendències subjacents,

lligams de plaers sensuals, impediments,

cúmuls, cadenes menors i majors.

Que tots els éssers s'alliberin i siguin feliços!

Font: Transcripció basada en la transmissió oral dels deixebles del Tathagata,

uns 500 anys després de la seva mort.

Observacions: El traductor ha començat i acabat la traducció del present text el 6 de gener de 2016. Si voleu col·laborar, poseu-vos en contacte amb en Nilanan: dasnilanan@gmail.com. Gràcies.

Pd.: Algunes paraules pali s'han passat al sànscrit donada la seva popularitat a occident: Sutres (Suttes), Dharma (Dhamma), Nirvana (Nibbana), Karma (Kamma)... En alguna ocasió, el traductor ha substituït la paraula "monjo" per germà, deixeble, aprenent o practicant, ja que a l'orient el coneixement espiritual, habitualment, es transmet directament de mestre a aprenent i a més, és menys restrictiu, donat que les ensenyances que es presenten aquí les practiquen tant monjos com laics de qualsevol sexe.

Breu glossari pali

Ahara: Menjar o alimentació. Tradicionalment, es distingeixen quatre tipus d'alimentació: (1) menjar material (kabalinkarahara); (2) el contacte (els òrgans sensorials que perceben els objectes: (phassahara); (3) la consciència (vinnanahara); i (4) la volició mental (manasañcetanahara)

Anapana: Respiració inspirada i exhalada.

Anicca: No estable, transitori, no permanent. Una de les tres característiques de l'existència inherents a totes les coses condicionades: 1) no permanència (anicca); 2) sofriment (dukkha); 3) insubstancialitat, no jo (anatta).

Arahant: Algú que ha abastat la santedat. L'estat més elevat.

Asubha: Repulsiu. Desagradable. Allò que és descompon o podreix.

Cha abhithanani: Els sis mals actes. Són 1) matar a la mare, 2) matar al pare, 3) matar un Arahant, 4) ferir a un Buddha, 5) causar un cisma en la comunitat i 6) triar com a mestre a un no il·luminat.

Dakkhini: Persona que veu, percep o sap.

Dana: Caritat, donatiu, regal.

Dhamma: Ensenyança, natura, veritat, moralitat, bona conducta. Dharma (sanskrit).

Dhammika: Just.

Dukkha: Sofriment, dolor.

Jhana: Grau de concentració mental o d'absorció meditativa. *Meditació en un tema o objecte religiós.*

Kamma: Acció, treball. Karma (sanskrit)

Mara: Personificació de les temptacions, el dimoni temptador.

Na, ni: No.

Nirodha: La fi. La Noble Veritat de la fi del sofriment.

Niketa, niketana: Casa, llar.

Nikaya: grup, secta, classe, col·lecció.

Nikkaddhita: Fet fora, expulsat.

Nibbana: Lliure del desig, extinció de la cobdicia, l'odi i la ignorància, alliberació, estat joiós. Nirvana (sanskrit).

Khandas: Els cinc cúmuls. Són la forma, la sensació, la percepció, les formacions mentals, la consciència.

Samsara: Viatjar o fluir per diferents estats un cop i un altre. Transmigració.

Samyutta: Recopilació.

Samudayasacca: Segona Noble Veritat. La veritat de l'origen del patiment, que és causat per l'anhel, l'avidés i el desig.

Sankara: Deixalla, brossa.

Samadhi: Meditació, concentració de la ment. Estat de consciència meditatiu o contemplació.

Siddhattha: Mostassa. Ésser que ha complert la seva tasca. Ésser semidiví. Mag.

Siddhi: Guany, premi, consecució.

Sila: Pedra. Natura. Conducta o pràctica moral. Codi moral.

Shanga: Comunitat o grup de deixebles.

Sutta: Col·lecció d'aforismes en forma de manual. Fil.

Tathagata: Algú que ha abastat la il·luminació.

Vipasanna: Veure molt clar. Meditació d'introspecció.

Vivasana: Fi o la fi. Punt final.

Viveka: Desaferrament. Retir.

Yoni: Origen de l'existència, orgue sexual femení, coneixement.